МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет образования и науки Волгоградской области
Администрация Алексеевского муниципального района
МБОУ Алексеевская СШ

РАССМОТРЕНО.	СОГЛАСОВАНО.	УТВЕРЖДЕНО.
Руководитель ШМО учителей начальных классов:	Председатель методического совета:	Директор школы:
/Емельянова Е.В./	/Емельянова Е.В./	/Пригода С.В./
Протокол № 1 от «27» августа 2026 г.	Протокол № 1 от «28» августа 2026 г.	Приказ № 189 от «31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Человек»

для обучающихся 4 «А» класса

ст. Алексеевская, 2026

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Человек» для обучающегося с УО (вариант 2) на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования (приказ Минпросвещения России от 31.05.2021г. №№287, зарегестрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021г., рег. номер–64101) (далее–Фгос ООО), также федеральной рабочей программ воспитания, с учётом Концепции преподавния в Российской Федерации (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 09 апреля 2016 г. № 637-р) , АООП начального общего образования для обучающихся с УО (вариантр 2) МБОУ Алексеевской СШ и в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

Рабочая программа по предмету «Человек» в четвертом классе (вариант 2) составлена с опорой на следующие **научные теории и подходы**:

- Концептуальные положения теории Л.С. Выготского;
- Современные представления о сложном нарушении развития (Т.А. Власова, Мастюкова Е.М., В.Н. Чулков, Т.А. Басилова, Л.А. Головчиц);
- Положения, раскрывающие сущность обучения и воспитания детей с комплексными нарушениями развития (И.А. Соколянский, А.И. Мещеряков, А.В. Апраушев, Е.Л. Гончарова, Л.А. Головчиц, Л.И. Тигранова, Я. Ванн Дайк и мн.др.);
- Современные представления о детях с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (Н.П. Вайзман, Г.Е. Сухарева, Г.В. Цикото, М.С. Певзнер, Т.А. Власова, С.Д. Забрамная и др.);
- Положения, раскрывающие сущность воспитания и обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью (Л.С. Выготский, М.С. Певзнер, Т.А. Власова, С.Д. Забрамная, Т.Н. Исаева, А.Р. Маллер, Г.В. Цикото и др.);

• Общие принципы обучения детей с умственной отсталостью (Э. Сеген, Е.К. Грачева, В.П. Кащенко, Л.С. Выготский, А.Н. Граборов, Г.М. Дульнев, И.Г. Еременко и др.);

• Специфические принципы обучения детей с умственной отсталостью (Т.А. Власова, И.Г. Еременко, М.С. Певзнер, Т.В. Розанова, В.Н. Синев и др.);

• Компетентностный подход в обучении (И.А. Зимняя, Дж. Равен, А.В. Хуторский и мн.др.);

• Концептуальные основы применения компьютерных технологий в специальном образовании (О.И. Кукушкина).

При разработке программы по предмету «Человек» были использованы следующие **программно-методические материалы**:

• Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой;

• Программы обучения глубоко умственно отсталых детей, НИИ дефектологии АПН СССР.

Программа по предмету «Человек» рассчитана на один год усвоения и действительна в течение срока действия ФГОС. Согласно учебному плану на изучение предмета «Человек» в 4 классе предусматривается 0,5 часа в неделю (34 учебных недели).

Цель обучения – формирование максимально, в зависимости от уровня развития ребенка и его индивидуальных особенностей, самостоятельной и независимой личности ребенка, находящегося в контакте с окружающей действительностью в различных ее проявлениях; формирование у ребенка представлений о принадлежности человеческому роду и разнообразной деятельности человека.

Основными задачами программы по предмету «Человек» являются:

1. Формирование представлений о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни.

2. Формирование гигиенических умений.

3. Формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

4. Формированию умений использовать во время еды столовые приборы, питью из кружки, пользоваться салфеткой.

5. Формирование навыков обслуживания себя в туалете.

6. Формирование представлений о своем ближайшем окружении: членах семьи, взаимоотношениях между ними, семейных традициях.

7. Формированию умений соблюдать правила и нормы культуры поведения и общения в семье.

8. Формированию умений понимать окружающих людей, проявлять к ним внимание, общаться и взаимодействовать с ними.

Программа предусматривает проведение традиционных, обобщающих уроков, с применением такой **формы** работы, как фронтальная, групповая, индивидуальная. Ведущей формой работы учителя с обучающимися на уроке является индивидуальная работа.

При проведении уроков по предмету «Человек» предполагается использование следующих **методов**: словесный (рассказ, объяснение, беседа), наглядный (применение пособий, схем, таблиц, рисунков, моделей, приборов, технических средств), практический (упражнения, практические работы).

Условно детей с тяжелыми множественными нарушениями развития можно разделить на **три группы** в соответствии с их характерными особенностями.

У первой группы детей отсутствуют выраженные нарушения движений и моторики, они могут передвигаться самостоятельно. Моторная дефицитарность проявляется в замедленности темпа, недостаточной согласованности и координации движений. У части детей также наблюдаются деструктивные формы поведения, стереотипии, избегание контактов с окружающими и другие черты, сходные с детьми, описанными выше. Интеллектуальное недоразвитие проявляется, преимущественно, в

форме умеренной степени умственной отсталости. Большая часть детей данной группы владеет элементарной речью: могут выразить простыми словами и предложениями свои потребности, сообщить о выполненном действии, ответить на вопрос взрослого отдельными словами, словосочетаниями или фразой. У некоторых – речь может быть развита на уровне развернутого высказывания, но часто носит формальный характер и не направлена на решение задач социальной коммуникации. Другая часть детей, не владея речью, может осуществлять коммуникацию при помощи естественных жестов, графических изображений, вокализаций, отдельных слогов и стереотипного набора слов. Обучающиеся могут выполнять отдельные операции, входящие в состав предметных действий, но недостаточно осознанные мотивы деятельности, а также неустойчивость внимания и нарушение последовательности выполняемых операций, препятствуют выполнению действия как целого.

Особенности второй другой группы обучающихся обусловлены выраженными нарушениями поведения (чаще как следствие аутистических расстройств). Они проявляются в расторможенности, «полевом», нередко агрессивном поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Аутистические проявления затрудняют установление подлинной тяжести интеллектуального недоразвития, так как контакт с окружающими отсутствует или возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. У детей названной группы нет интереса к деятельности окружающих, они не проявляют ответных реакций на попытки учителя (родителя) организовать их взаимодействие со сверстниками. Эти дети не откликаются на просьбы, обращения в случаях, запрещающих то или иное действие, проявляют агрессию или самоагрессию, бросают игрушки, предметы, демонстрируют деструктивные действия. Такие реакции наблюдаются при смене привычной для ребенка обстановки, наличии рядом незнакомых людей, в шумных местах. Особенности физического и

эмоционально-волевого развития детей с аутистическими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов.

Третья группа детей имеет тяжёлые нарушения неврологического генеза – сложные формы ДЦП (спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.), вследствие которых они полностью или почти полностью зависят от помощи окружающих их людей в передвижении, самообслуживании, предметной деятельности, коммуникации и др. Большинство детей этой группы не может самостоятельно удерживать тело в положении сидя. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен из-за органического поражения речевого аппарата и невозможности овладения средствами речи. Вместе с тем, интеллектуальное развитие таких детей может быть различно по степени умственной отсталости и колеблется (от умеренной до глубокой). Дети с умеренной формой интеллектуального недоразвития проявляют элементарные способности к развитию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у этой группы обучающихся проявляется интерес к общению и взаимодействию с детьми и взрослыми, что является позитивной предпосылкой для обучения детей вербальным и невербальным средствам коммуникации. Их интеллектуальное развитие позволяет овладевать основами счета, письма, чтения и др. Способность ребенка к выполнению некоторых двигательных действий: захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи, головы и др. создает предпосылки для обучения некоторым приемам и способам по самообслуживанию и развитию предметно-практической и трудовой деятельности.

Общая характеристика учебного предмета

Программа представлена следующими разделами: «Представления о себе», «Гигиена тела», «Туалет», «Одевание и раздевание», «Прием пищи», «Чистка зубов».

Образовательные задачи раздела *«Представления о себе»* направлены на формирование представлений о своем теле, о своих двигательных возможностях, ощущениях, о своих потребностях.

Раздел *«Гигиена тела»* включает задачи по формированию гигиенических навыков и умений: умываться, причесываться и т.д.

Раздел *«Обращение с одеждой и обувью»* включает задачи по формированию умений ориентироваться в одежде, соблюдать последовательность действий при одевании и снятии предметов одежды.

Раздел *«Прием пищи»* предполагает обучение навыкам приема пищи и питья, использованию во время еды столовых приборов.

Раздел *«Туалет»* включает задачи по формированию навыков обслуживания себя в туалете.

Образцом культуры общения для ребенка должно являться доброжелательное и заботливое отношение к окружающим, спокойный приветливый тон.

При формировании навыков самообслуживания необходимо объединять усилия специалистов и родителей. Работа, проводимая в школе, должна продолжаться дома. В домашних условиях возникает больше естественных ситуаций для совершенствования навыков самообслуживания. Процесс обучения предусматривает поэтапность в плане усложнения самих навыков.

Программа «Человек» предполагает следующие **виды уроков**: комбинированный и урок отработки ЗУН учащихся. Независимо от вида урока, основную часть составляет индивидуальная работа с каждым учеником.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «Человек» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ:

Законодательством Российской Федерации предусмотрено право обучающегося, в том числе обучающегося с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), с инвалидностью, на получение общего образования по индивидуальному учебному плану (далее – ИУП), то есть учебному плану, обеспечивающему освоение образовательной программы на основе

индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

На реализацию предмета «Человек», согласно ИУП, учитывая состояние здоровья обучающегося и по согласованию и заявлению родителей, отводится 1 час через неделю (17 часов в год).

Примерные планируемые результаты освоения программы

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

***Ожидаемые личностные результаты*:**

1) *Представление о себе как «Я», осознание общности и различий «Я» от других:*

- Соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- Представление о собственном теле;
- Отнесение себя к определенному полу;
- Умение определять «моё» и «не моё», осознавать и выражать свои интересы, желания;
- Умение сообщать общие сведения о себе: имя, фамилия, возраст, пол, место жительства, интересы.

2) *Умение решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей:*

- Умение обслуживать себя: принимать пищу и пить, ходить в туалет, выполнять гигиенические процедуры, одеваться и раздеваться;
- Умение сообщать о своих потребностях и желаниях.

3) Умение поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья:

• Умение определять свое самочувствие (как хорошее или плохое), показывать или сообщать о болезненных ощущениях взрослому;

• Умение соблюдать гигиенические правила в соответствии с режимом дня (чистка зубов утром и вечером, мытье рук перед едой и после посещения туалета);

• Умение следить за своим внешним видом.

4) *Представления о своей семье, взаимоотношениях в семье:*

• Представления о членах семьи, родственных отношениях в семье и своей социальной роли, обязанностях членов семьи, бытовой и досуговой деятельности семьи.

Изучение предмета «Человек» в четвертом классе направлено на формирование следующих **базовых учебных действий.**

1. Создание благоприятной обстановки, способствующей формированию положительной мотивации пребывания в образовательной организации и эмоциональному конструктивному взаимодействию с взрослыми (родственник, специалист, ассистент и др.) и сверстниками:

• Спокойное пребывание в новой среде;

• Перемещение в новой среде без проявлений дискомфорта;

• Принятие контакта, инициированного взрослым;

• Установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;

• Ориентация в учебной среде (пространство, материалы, расписание) класса: нахождение индивидуального шкафа для хранения личных вещей; нахождение своего (рабочего) места за столом; нахождение своего набора индивидуальных заданий; нахождение места хранения набора индивидуальных заданий; нахождение места для отдыха; нахождение места, предназначенного для игровой деятельности; нахождение места хранения игрушек.

2. Формирование учебного поведения:

• Поддержание правильной позы;

- Направленность взгляда на лицо взрослого, на выполняемое задание;
- Подражание простым движениям и действиям с предметами;
- Выполнение простых речевых инструкций (дай, возьми, встань, сядь, подними и др.);
- Использование по назначению учебных материалов;
- Выполнение простых действий с одним предметом (по подражанию);
- Выполнение действий с предметами (по подражанию);
- Выполнение соотнесения одинаковых предметов (по образцу);
- Выполнение соотнесения одинаковых картинок (по образцу);
- Выполнение простых действий по наглядным алгоритмам (расписаниям) (по образцу);
- Сидение за столом в течение определенного периода времени на групповом занятии;
- Выполнение движений и действий с предметами по подражанию и по образцу на групповом занятии;
- Выполнение речевых инструкций на групповом занятии;
- Принятие помощи учителя на групповом занятии.

3. Формирование умения выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:

- Выполнение задания полностью (от начала до конца);
- Переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Примерные критерии оценки знаний, умений и навыков обучающихся

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго

индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Показатели сформированности представлений:

- представление отсутствует: ребёнок не узнаёт объект/предмет (использование отсутствует);
- представление сформировано частично: у ребёнка ограничено представление об объекте/предмете (использование с постоянной подсказкой: прямой, косвенной);
- представление сформировано ситуативно: ребёнок не всегда узнаёт объект/предмет (использование с периодической подсказкой: прямой);
- представление сформировано ситуативно: ребёнок не всегда узнаёт объект/предмет (использование с периодической подсказкой: косвенной);
- представление сформировано: ребёнок узнает объект/предмет (использование с периодической подсказкой: вербальной);
- представление сформировано: ребёнок узнает объект/предмет (самостоятельное использование).

Показатели восприятия материала:

- понимает без визуализации;
- понимает без визуализации частично;
- не понимает без визуализации;
- понимает с наглядным подкреплением;
- понимает с наглядным подкреплением частично;
- не понимает.

Показатели самостоятельности:

- действие выполняется взрослым (ребенок пассивен);
- действие выполняется ребенком со значительной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком с частичной помощью взрослого;

- действие выполняется ребенком по последовательной инструкции (по изображению или вербально);
- действие выполняется ребенком по подражанию или образцу;
- действие выполняется ребенком самостоятельно.

Содержание учебного предмета

Программа представлена следующими разделами:

Представления о себе - узнавание (различение) мальчика и девочки по внешнему виду. Идентификация себя как мальчика (девочки). Узнавание (различение) частей тела (голова (волосы, уши, шея, лицо), туловище (спина, живот), руки (локоть, ладонь, пальцы), ноги (колено, ступня, пальцы, пятка). Знание назначения частей тела. Узнавание (различение) частей лица человека (глаза, брови, нос, лоб, рот (губы, язык, зубы). Знание назначения частей лица. Знание вредных привычек. Сообщение о состоянии своего здоровья. Называние своего имени и фамилии. Называние своего возраста (даты рождения). Сообщение сведений о себе.

Гигиена тела - различение вентилей с горячей и холодной водой. Смешивание воды до комфортной температуры. Вытирание рук и лица полотенцем. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании рук: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, намачивание рук, намыливание рук, смывание мыла с рук, закрывание крана, вытирание рук. Соблюдение последовательности действий при мытье и вытирании лица: открывание крана, регулирование напора струи и температуры воды, набирание воды в руки, выливание воды на лицо, протирание лица, закрывание крана, вытирание лица.

Чистка зубов. Полоскание полости рта. Соблюдение последовательности действий при чистке зубов и полоскании полости рта: открывание тюбика с зубной пастой, намачивание щетки, выдавливание зубной пасты на зубную щетку, чистка зубов, полоскание рта, мытье щетки, закрывание тюбика с зубной пастой.

Очищение носового хода.

Расчесывание волос.

Обращение с одеждой и обувью -узнавание (различение) предметов одежды: пальто (куртка, шуба, плащ), шапка, шарф, варежки (перчатки), свитер (джемпер, кофта), рубашка (блузка, футболка), майка, трусы, юбка (платье), брюки (джинсы, шорты), носки (колготки). Знание назначения предметов одежды. Узнавание (различение) предметов обуви: сапоги (валенки), ботинки, кроссовки, туфли, сандалии, тапки. Различение сезонной обуви (зимняя, летняя, демисезонная). Узнавание (различение) головных уборов (шапка, шляпа, кепка, панама, платок). Знание назначения головных уборов. Различение сезонных головных уборов. Различение по сезонам предметов одежды (предметов обуви, головных уборов). Выбор одежды для прогулки в зависимости от погодных условий. Различение сезонной одежды (зимняя, летняя, демисезонная).

Расстегивание (развязывание) липучки (молнии, пуговицы, ремня, кнопки, шнурка). Снятие предмета одежды (например, кофты: захват кофты за край правого рукава, стягивание правого рукава кофты, захват кофты за край левого рукава, стягивание левого рукава кофты). Снятие обуви (например, ботинок: захват рукой задней части правого ботинка, стягивание правого ботинка, захват рукой задней части левого ботинка, стягивание левого ботинка). Соблюдение последовательности действий при раздевании (например, верхней одежды: снятие варежек, снятие шапки, расстегивание куртки, снятие куртки, расстегивание сапог, снятие сапог). Застегивание (завязывание) липучки (молнии, пуговицы, кнопки, ремня, шнурка). Надевание предмета одежды (например, брюк: захват брюк за пояс, вставление ноги в одну брючину, вставление ноги в другую брючину, натягивание брюк). Обувание обуви (например, сапог: захват двумя руками голенища правого сапога, вставление ноги в сапог, захват двумя руками голенища левого сапога, вставление ноги в сапог). Контроль своего внешнего вида. Различение лицевой (изнаночной), передней (задней) стороны одежды,

верха (низа) одежды. Различение правого (левого) ботинка (сапога, тапка). Выворачивание одежды.

Туалет - сообщение о желании сходить в туалет. Сидение на унитазе и оправление малой/большой нужды. Пользование туалетной бумагой.

Соблюдение последовательности действий в туалете (поднимание крышки (опускание сидения), спускание одежды (брюк, колготок, трусов), сидение на унитазе/горшке, оправление нужды в унитаз, пользование туалетной бумагой, одевание одежды (трусов, колготок, брюк), нажимание кнопки слива воды, мытье рук.

Прием пищи - сообщение о желании пить. Питье из кружки (стакана): захват кружки (стакана), поднесение кружки (стакана) ко рту, наклон кружки (стакана), втягивание (вливание) жидкости в рот, опускание кружки (стакана) на стол. Наливание жидкости в кружку. Сообщение о желании есть. Еда руками. Еда ложкой: захват ложки, зачерпывание ложкой пищи из тарелки, поднесение ложки с пищей ко рту, снятие с ложки пищи губами, опускание ложки в тарелку. Использование салфетки во время приема пищи.

Семья - узнавание (различение) членов семьи. Узнавание (различение) детей и взрослых. Представление о бытовой и досуговой деятельности членов семьи.

Календарно-тематическое планирование предмета
«Человек» в
4 классе

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Части тела человека.	1	14.09.26
2	Предметы личной гигиены. Правила	1	28.09.26
3	Моё тело. Уход за телом.	1	12.10.26
4	Правила здорового образа жизни.	1	26.10.26
5	Полезная и вредная еда.	1	09.11.26
6	Моя семья.	1	23.11.26
7	Правила поведения и общения в семье.	1	07.12.26
8	Семейные праздники и традиции.	1	21.12.26
9	Одежда. Виды одежды. Детали одежды	1	18.01.27
10	Последовательность надевания одежды.	1	01.02.27
11	Складывание одежды.	1	15.02.27
12	Застёгивание пуговиц, молний.	1	01.03.27
13	Обувь. Виды обуви.	1	15.03.27
14	Культура принятия пищи: правильная посадка во время еды, умение держать ложку, пользоваться салфеткой, держать кружку.	1	29.03.27
15	Сообщение о желании сходить в туалет. Использование туалетной бумаги (отрывание двух частей). Туалетный ёршик (назначение, использование). Освежитель воздуха (назначение,использование)	1	12.04.27
16	Утренние и вечерние гигиенические процедуры. Сон и питание.	1	26.04.27
17	Занимательный урок-повторение за год.	1	24.05.27

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью [Текст] / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.; Под. ред. Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлевой. – СПб.: ЦПК проф. Л.Б. Баряева, 2015. – 160 с.

2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида [Текст] / В.В. Воронкова; 8-е издание. – М.: Просвещение, 2015. – 176 с.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Винченцо Г. Тело человека. Занимательная энциклопедия для детей. Владис, 2013 г. – 63 с.

2. Петрова К. Формирование безопасного поведения детей 5-7 лет на улицах и дорогах. Парциальная программа. ФГОС. Детство-Пресс, 2017 г. – 64 с.

3. Савина Р. Стоп, Вирус! Нескучная наука. Питер, 2020 г – 32 с

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРС СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. http://bookash.pro/ - электронная библиотека
2. https://infourok.ru/ - ведущий общеобразовательный портал России